

सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

प्रथम सप्ताह

स्वमान - मैं ज्ञान चन्द्रमा की संतान शीतल योगी हूँ।

शीतल योगी आत्माएं अपनी शीतलता की छाया से सर्व को सदा सहयोग का आराम देते हैं। उनकी ओर हर एक को आकर्षण होता है कि हम इस आत्मा के पास जाएं, दो घड़ी भी शीतलता की छाया में सुख-आनंद का अनुभव करें।

योगाभ्यास - अ. मैं फरिश्ता ग्लोब पर खड़ा हूँ, मुझ पर एक तरफ से ज्ञानसूर्य शिवबाबा से शक्तियों की और दूसरी

द्वितीय सप्ताह

स्वमान - मैं मन का मालिक हूँ।

मन को जब चाहें, जैसे चाहें, जितना समय चाहें, उतना एकाग्र कर लेना, इसको कहते हैं मन का मालिक बनना।

योगाभ्यास - इस सप्ताह योग में हम अपने भिन्न-भिन्न स्वरूपों पर स्वयं को एकाग्र करेंगे।

अ. मैं आत्मा भृकुटि सिंहासन पर विराजमान हूँ...मुझसे चारों ओर दिव्य प्रकाश फैल रहा है...अपने स्व स्वरूप पर स्वयं को एकाग्र करें।

ब. परमधाम में महाज्योति परमप्रिय शिव बाबा के दिव्य स्वरूप पर एकाग्र करें।

स. अपने सम्पूर्ण फरिश्ते स्वरूप पर

तरफ ज्ञान चन्द्रमा ब्रह्मा माँ से शीतलता की किरणें आ रही हैं। इन किरणों को स्वयं में समाकर मैं शीतल और शक्तिशाली बनता जा रहा हूँ।

अमृतवेले विशेष अभ्यास - उठते ही संकल्प करें कि बाबा मुझसे बहुत प्यार करते हैं...वे केवल और केवल मेरे लिए ही धरती पर आए हैं...उनकी निगाहें मुझ पर टिकी हुई हैं...वे मुझसे क्या चाहते हैं...? मैं उनकी चाहनाओं को अवश्य पूर्ण करूंगा...मैं जीऊंगा तो बाबा के लिए और मरूंगा तो बाबा के लिए...उनकी आशाओं को पूर्ण करना ही मेरे जीवन का

स्वयं को एकाग्र करें...मेरा सम्पूर्ण स्वरूप वैंसा है...डबल लाइट ...उपराम.....तेजोमय... सर्वगुणों और शक्तियों से सम्पन्न...।

द. ऐसी धुन लगायें कि जब हम नीचे देखें तो चारों ओर चमकती हुई आत्माएँ ही दिखाई दें और जब ऊपर देखें तो सर्वशक्तिमान ज्ञान सूर्य दिखाई दें। इसके अतिरिक्त संसार में हमें और कुछ भी नहीं दिखाई दे।

अमृतवेला - अ. अमृतवेले उठते ही, बाबा का बच्चे के रूप में आह्वान करें और उसे अपनी गोद में लेकर खिलायें, उससे मीठी-मीठी रुहरिहान करें। भगवान को अपना वारिस बनाने का सौभाग्य अभी ही हमें प्राप्त हुआ है...अभी उसे अपना

एकमात्र ध्येय है..। रूहानी ड्रिल का अभ्यास करें।

धारणा - शीतलता। हम आत्माओं का स्वधर्म है शीतलता। संसार का ताप खत्म होगा हमारी स्थिति से।

शिवभगवानुवाच - शीतलता अर्थात् आत्मिक स्नेह। आत्मिक स्नेह से ही विकारों की अग्नि में जली हुई आत्मा शीतल हो सत्यता को धारण करने के योग्य बनती है।

चिन्तन - कौन सी बातें हमारी आंतरिक शीतलता को नष्ट करती है? सदा शीतल कैसे रहें?

वारिस बनायेंगे तो वह हमारा वर्तमान ही नहीं बल्कि भविष्य भी उज्ज्वल बना देगा...वह हमसे कौड़ी लेता है और बदले में विश्व की बादशाही देता है।

धारणा - जैसे बाबा निःस्वार्थ भाव से सर्व मनुष्यात्माओं की सेवा करते हैं, वैसे ही हमें भी सर्व के लिए अपनी निःस्वार्थ भावना बनानी है।

चिन्तन - एकाग्रता का क्या महत्व है? एकाग्रता के लिए कौन सी धारणाएँ आवश्यक है? कौन सी बातें हमारी एकाग्रता को भंग करती हैं? अपनी एकाग्रता को बढ़ाने के लिए क्या-क्या अभ्यास करें? एकाग्रता के लिए कहे गए बाबा के पाँच महावाक्य लिखें।

‘लेकिन आप तो विधान सभा में हाज़िर थे, ये हम सबने देखा, क्या वो असत्य है? अरे! उस अधिवेशन की फोटो हमारे पास है, उस फोटो में आप अपनी कुर्सी पर बैठे हो यह स्पष्ट दिखाई दे रहा है! उन्होंने वह फोटो चार्ल्स वुड को दिखाया। चार्ल्स वुड ने उसे ध्यान से देखा तो सचमुच वह अपनी कुर्सी पर बैठे हैं यह स्पष्ट दिखाई दिया!’

इस घटना में चार्ल्स वुड की अधिवेशन में जाने की तीव्र इच्छा होने के कारण उनकी चेतना स्थूल शरीर छोड़ सूक्ष्म शरीर के रूप में उस स्थान पर पहुंच गई थी और स्थूल शरीर जैसा ही रूप धारण कर वहां उपस्थित रही। चेतना द्वारा धारण किया हुआ पहले जैसा ही शरीर कैमरे की तस्वीर में अंकित हो गया था।

अमेरिका की विश्वविख्यात अभिनेत्री एलिजाबेथ टेलर को अपने सूक्ष्म शरीर का रोमांचक अनुभव हुआ था। एलिजाबेथ के शरीर का गम्भीर ऑपरेशन चल रहा था। उसे ऑपरेशन टेबल पर सुला कर एनेस्थेसिया दे मूर्च्छित कर दिया गया। ऑपरेशन लम्बे समय तक चला। ऑपरेशन के बाद डॉक्टर्स को ध्यान में आया कि एलिजाबेथ के हृदय का धड़कना बहुत कम हो गया है और उसकी नाड़ी भी बहुत धीमी पड़ गई है। डॉक्टर्स के अथक प्रयास के बाद उनकी स्थिति पूर्ववत हो सकी। वे जब होश में आईं तब उसने आश्चर्यचकित करने वाला बयान दिया था। उसने कहा था - ‘मैंने मेरा

ऑपरेशन स्वयं देखा है।’ डॉक्टर्स ने कहा कि - ‘आप तो उस समय बेहोश थी तो आपने यह ऑपरेशन कैसे देखा?’ एलिजाबेथ ने कहा कि - मेरा शरीर टेबल पर सोया था और आप ऑपरेशन कर रहे थे तब मैं दूसरे शरीर से देख रही थी। मेरा वो शरीर हवा में उपर लटका हुआ हो ऐसा लग रहा था। मुझे शरीर का कोई भी भार अनुभव नहीं हो रहा था। जैसे कि मेरा शरीर फूल जैसा हल्का हो गया हो ऐसा मुझे महसूस हो रहा था। एलिजाबेथ की बात को स्पष्ट करने के लिए डॉक्टर्स ने पूछा कि उस वक्त क्या हुआ। एलिजाबेथ ने वो सभी बातें सुनाई जो उस समय घटित हुई थी। उसने कहा कि कोई साधन योग्य जगह पर नहीं रखा था तो उसके कारण मुख्य डॉक्टर्स गुस्सा हो गए थे और कौन से शब्द बोले थे वह भी बता दिया। संकट के समय कभी-कभी चेतना स्थूल शरीर छोड़ सूक्ष्म शरीर से उस स्थान पर तत्काल पहुंच कर दूसरा शरीर धारण कर संकट दूर कर देती है।

इसी प्रकार सूक्ष्म शरीर से मीलों दूर के भी दुःखी आत्माओं की आवाज़ सुन सकते हैं व उन्हें विकट परिस्थितियों से मुक्ति भी दिला सकते हैं। ये तब संभव होता है जब निरंतर हमारी चेतना की सूक्ष्म शक्तियों को उस दिशा में एकाग्र करने का अभ्यास हो व सूक्ष्म शक्ति मन-बुद्धि, कल्याण व श्रेष्ठ कार्य के प्रति सजग रहती। सत्य स्वरूप में स्थित होने पर रूह को राहत पहुंचती।



अहमदनगर। प्रसिद्ध समाजसेवी किरण बेदी को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.उज्ज्वला। साथ हैं ब्र.कु.दीपक तथा ब्र.कु.आशा।



अजमेर। डाकू से राजयोगी बनने का अनुभव पुलिस कर्मियों को सुनाते हुए ब्र.कु.पंचम सिंह। साथ हैं ब्र.कु.आशा तथा ब्र.कु.नागेश।



अनूपशहर। जे.पी.ग्रुप के मालिक जय प्रकाश गौड़ को गुलदस्ता भेंट करते हुए ब्र.कु.मीना। साथ हैं नगर पालिका अध्यक्ष सुधीर जी।



आंवाला-बरेली। वरिष्ठ पत्रकार राकेश मथुरिया तथा ब्र.कु.रजनी सिलाई प्रशिक्षण कार्यक्रम में दीप प्रज्ज्वलित करते हुए।



अलकापुरी-बड़ौदा। वसंत मसाला के सेल्स एक्जीक्यूटिव एवम् डिस्ट्रीब्यूटर्स की मीटिंग में विचार व्यक्त करते हुए ब्र.कु.डॉ.निरंजना। साथ हैं वसंत मसाला के एम.डी.ओमप्रकाश और ब्र.कु.नरेन्द्र।



बौध। लीली सेनापति, एस.डी.जे.एम बौध को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.यशोदा।

हमारा सूक्ष्म शरीर ...

-पेज 2 का शेष

की उपस्थिति में बेड पर सोये रहे और निरंतर उनका ट्रीटमेंट चलता रहा। नियमित रूप से थोड़े-थोड़े अंतराल पर इन्जेक्शन व दवाएं देते रहते थे।

दूसरी ओर अधिवेशन प्रारंभ हुआ। सदन के सदस्यों ने देखा कि चार्ल्स वुड अपनी कुर्सी पर बैठे हैं। वे कब सदन में आये और कब कुर्सी पर बैठे ये पता ही न चला और सबको आश्चर्य हुआ। पूरा अधिवेशन चला, तब तक सभी सदस्यों ने उन्हें कुर्सी पर बैठे हुए देखा। काफी दिनों के बाद उनकी तबियत में सुधार हुआ तब विधान सभा के सदस्यों से मिलना हुआ, तब उन्होंने सभा में हाज़िर न हो पाने के लिए अफसोस व्यक्त किया तब यह रहस्य उद्घाटन करते हुए। सदस्यों ने कहा - सर! आप ऐसा क्यों कह रहे हैं? विधान सभा के सत्र में तो आप हाज़िर थे। सबने आपको आपकी कुर्सी पर बैठे हुए देखा था, लेकिन आपने किसी के साथ बात नहीं किया क्योंकि आपकी तबियत खराब थी। चार्ल्स वुड यह बात मानने को तैयार नहीं थे और कहा कि - ‘आपको कोई भूल हो रही है, उस दिन तो मैं बेड से उतरकर खड़ा भी नहीं हुआ था! उस दिन तो क्या कितने दिन तक मेरी वैसी ही स्थिति बनी हुई थी।

विधान सभा के सदस्यों ने कहा कि -